

普通高級中學課程健康與護理學科中心 健康與護理科教學典範示例

核心能力：2-3 了解青少年階段成為父母的責任與風險

一、教案時間：2 節； 90 分鐘

二、單元名稱：小爸媽的選擇

三、教學目標

1. 認知

1-1 了解成為青少年父母的利與弊。

1-2 了解成為青少年父母的準備。

2. 情意

2-1 覺察青少年懷孕面對的問題

2-2 願意為親密關係作規劃，以避免成為青少年父母

3. 技能

3-1 成為青少年父母之「做決定」的生活技能

3-2 能搜尋成為青少年父母的相關資源

四、教學理念

根據 Erikson 的心理社會發展理論，青少年時期正值發展自我認同的時期，透過探索自己的性向、志趣，瞭解自己的優缺點，以計畫未來。然而當未婚懷孕發生時，青少年除了須對懷孕進行抉擇外，若決定生育孩子，勢必提早經歷懷孕、生育及養育孩子的課題，就青少年而言，面對這樣的角色變遷若缺乏周全的準備與足夠支援，可能導致身心受創、心理重建、人生的價值觀重整等；就社會而言，未成年父母因

身心尚未成熟又缺乏經濟基礎，可能導致棄嬰或不當教養、虐童等社會事件，未成年父母的親密關係也可能難以維持。

透過本課程希望讓學生能體驗面對未婚懷孕的反應和將面對的問題，透過影片的引導，讓學生思考成為青少年父母將面對的生理、心理、社會衝擊及年輕時養育子女的好處，進而瞭解成為青少年父母應有的生理、心理及經濟的準備及如何尋求資源，以減少各種衝擊，成為負責任的小爸媽。若面臨成為青少年父母的抉擇時，也能有更周全的思考做出適合自己的選擇，更重要的希望學生能探索自己在親密關係價值觀、建構自己的幸福家庭藍圖，在親密關係做好抉擇、讓幸福家庭築夢踏實。

五、教學活動

【活動一】 驚喜、驚嚇大公開

(教學目標： 2-1 覺察青少年懷孕面對的問題；教學時間：15 分鐘)

參考資料：

教學流程：

1. 教師提問【當你知道你已經懷孕 6 個月/當你知道你讓你的女朋友懷孕 6 個月時~~你會有何情緒或反應?因為你想到什麼?】
2. 每組發下驚喜、驚嚇大公開學習單(附件一)，將學習單分割請學生個別書寫後，依驚喜或驚嚇反應及想到的事(教師提示可依心理、生理、社會、經濟、家庭等分類)進行分類，並貼在各組學習單。
3. 教師邀請二組同學上台報告(驚喜、驚嚇各一組)。
4. 教師總結青少年懷孕往往驚喜大於驚嚇，因為須面對懷孕生理的改變、成為準爸媽角色的適應、學業的處理、社會的異樣眼光、雙方家庭的溝通、孩子的去留、養育孩子

的經濟來源等多重的壓力。

【活動二】 愛的故事屋 (教學目標： 1-1 了解成為青少年父母的利與

弊、3-1 成為青少年父母之「做決定」的生活技能；教學時間：30 分鐘)

參考資料：

教學流程：

1. 教師簡介【早熟】影片內容，播放影片片段，以女主角若男發現自己懷孕，原本打算人工流產卻臨陣脫逃，家富與若男相擁而泣片段，教師提問：**【若他們決定將孩子生下來，接下來他們會如何?】**依學生組別分成結婚組、不結婚組作故事接龍。
2. 請各組完成故事接龍學習單(附件二)，故事需有他們的決定結婚或不結婚是否有家人的支持、懷孕狀況如何、學業狀況的處理、兩人的經濟來源、照顧孩子的甘苦及兩人的親密關係等，假想可能會發生什麼事、如何處理?最後結果又如何?
3. 抽出結婚與未結婚各一組學生報告。
4. 教師總結成為青少年父母的利(年輕照顧子女較有體力、提早經驗人生的發展階段、孩子成年後，自己還年輕有更多時間經營自己的生活)與弊(生理:高危險妊娠或胎兒異常、心理:心智尚未成熟，缺乏教養子女之責任與經驗，社會:原生家庭的衝突、學業中斷、缺乏一技之長，容易形成低社經)，教師播放小爸媽相關新聞事件(小爸媽棄嬰、小爸媽沉溺網咖、小爸媽沒錢等關鍵字搜尋)，強調未成年父母通常需要外界更多的支援及個人角色適應，才能度過成為未成年父母的各項挑戰。
5. 教師複習做決定之生活技能。
6. 教師發下我的選擇學習單(附件三)請學生假設自己是若男與家富，寫出在面對未成年

懷孕可以有的各種選擇，並選出最適合的選擇，目前的年齡而言，這是你想要的選擇嗎？說明為什麼？如果可以重來，要如何避免成為青少年父母？教師整理成為青少年父母之「做決定」的生活技能。（若時間不足，可作為課後作業）

7. 教師提醒學生回家請問爸媽在懷自己或自己出生後，生活的煩事與趣事各一件。

第一堂課結束

【活動三】父母練習簿（教學目標：1-2 了解成為青少年父母的準備；教學時間：15 分鐘）

參考資料：

教學流程：

1. 教師介紹父母練習簿活動進行方式，並邀請至少二位學生參與活動，準備籃球或汽球（或用懷孕體驗器材），其中一位學生綁在腰前，另一位不做任何改變，指定二位學生同時彎腰綁鞋帶、撿東西、走狹窄通道（或上下樓梯）等動作，請班上同學觀察二位同學做此動作的不同，及想到與懷孕有何關係。

2. 教師請體驗的兩位學生說出體驗的感受，再請二位同學分享所見、所想。

3. 教師補充懷孕不僅只是生理不便，身心狀況亦會影響胎兒的健康，教師提問【如何維持準媽媽身心狀態於最佳狀態？】請二三位學生回答後，教師補充懷孕的注意事項（包括按時產檢、避免有害物質、保持愉快心情等）

4. 教師提問【出生後的小嬰兒需要哪些照顧？】並邀請一位同學來體驗照顧嬰兒遊戲，<http://www.i-gamer.net/play/3379.html>，教師請體驗的學生說出體驗的感受，再請二位同學分享所見、所想。

5. 請同學發表爸媽在懷自己及自己出生後，生活的煩事與趣事各一件。

6. 教師補充成為父母的身心準備，說明嬰兒出生後的照顧，除了吃喝拉撒睡等生理需求外，也需要愛與關懷，而父母就是孩子最棒的玩具，所以不僅需要體力、更需要愛心和耐心和照顧的知識與技巧，當然孩子的微笑與成長就是父母最大的回饋。

【活動四】 家庭記帳簿 (教學目標：3-2 能搜尋成為青少年父母的相關資源、1-2 了解成為青少年父母的準備。；教學時間：10 分鐘)

參考資料：幸福經濟學 記帳本 A4 海報 性福教育協會網站

教學流程：

1. 教師介紹小孩的食衣住行育樂等養育費用。
2. 教師發下家庭記帳簿學習單(附件四)，將學生依成年家庭有資源、成年家庭無資源、未成年家庭有資源、未成年家庭無資源，請學生計算每月收支狀況，並思考生活品質及如何尋求資源。
3. 依不同組別抽出學生報告。
4. 教師總結未成年無資源家庭的經濟困境並介紹幸福九號、勵馨基金會、未成年懷孕求助站、未成年懷孕怎麼辦部落格等資源網站及提供的資源。

【綜合活動】 統整與反思:我的幸福家庭藍圖 (教學目標：2-2 願意為親密關係作規劃，以避免成為青少年父母；教學時間：10 分鐘)

參考資料：

教學流程：

1. 教師發下我的幸福家庭藍圖學習單(附件五)，請學生回顧這個單元課程及學到的內容。

2. 教師提問：【如何成為好父母】，教師請學生思考成為好父母的條件，包含我的合適結婚年齡、結婚對象的三個條件、生孩子的年紀、成為好父母的四個準備。
3. 教師播放若男與家富在帳篷的片段，提問：【同學若是若男或家富，該如何避免懷孕事件發生？】
4. 教師總結結婚、生子就是在對的時間，做對的事，在充分的準備做決定，將會更美好。

驚喜、驚嚇大公開(一)

當我知道我已經懷孕 6 個月/當我知道我讓我的女朋友懷孕 6 個月時~~

- 我的情緒或反應:
- 我想到、 、 、 、 、



- 我的情緒或反應:
- 我想到、 、 、 、 、



- 我的情緒或反應:
- 我想到、 、 、 、 、



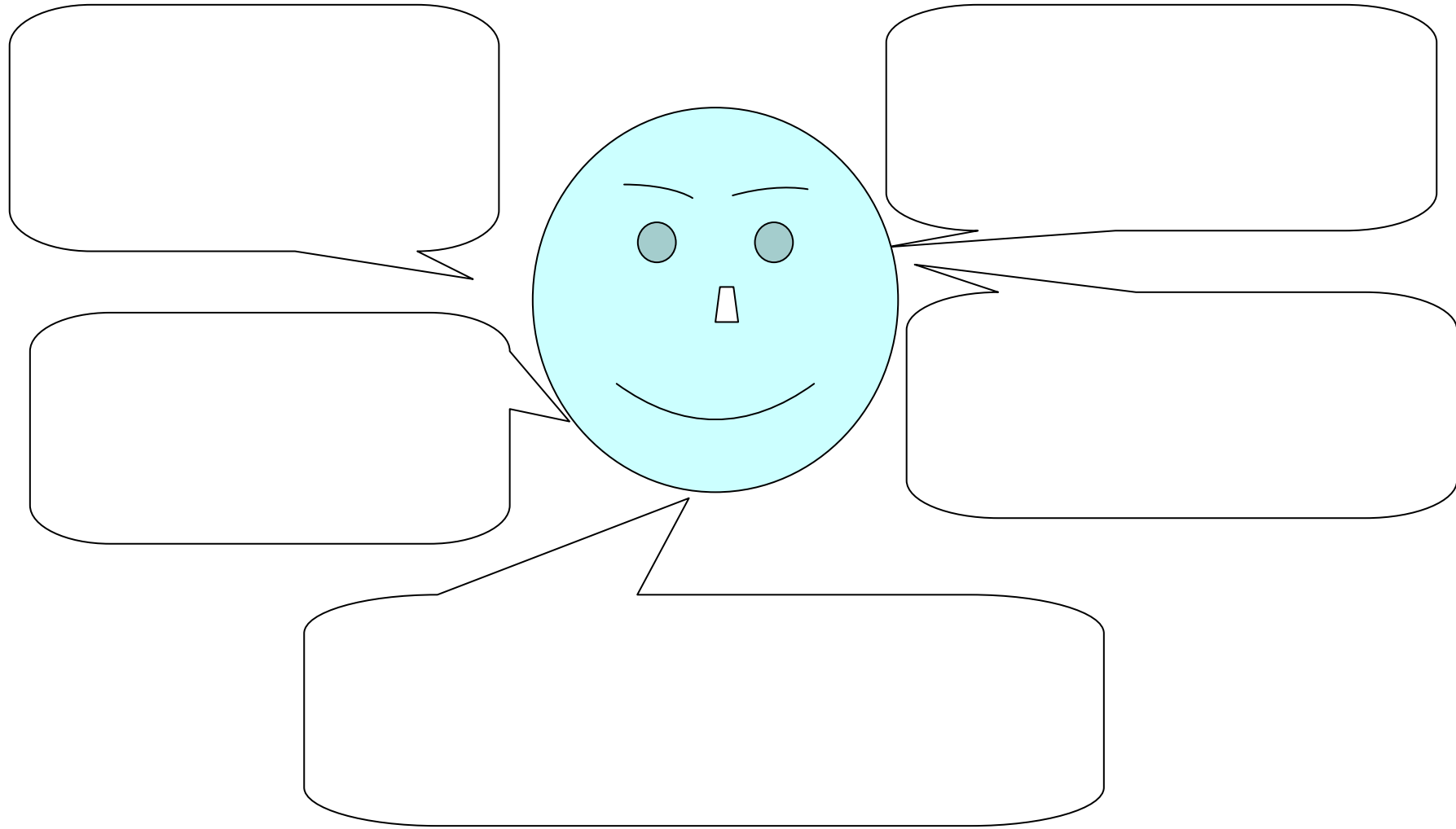
- 我的情緒或反應:
- 我想到、 、 、 、 、



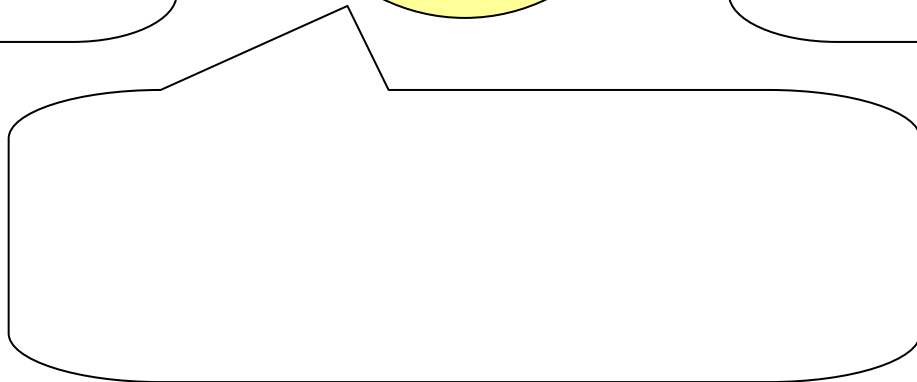
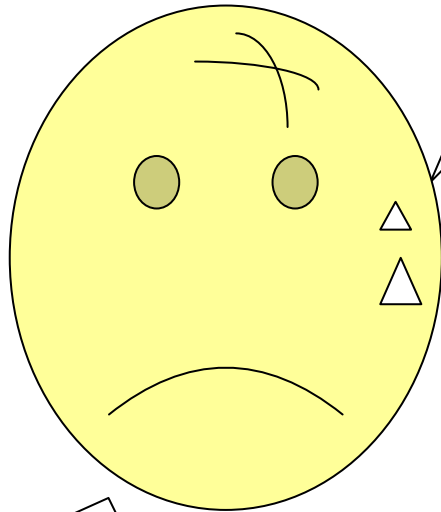
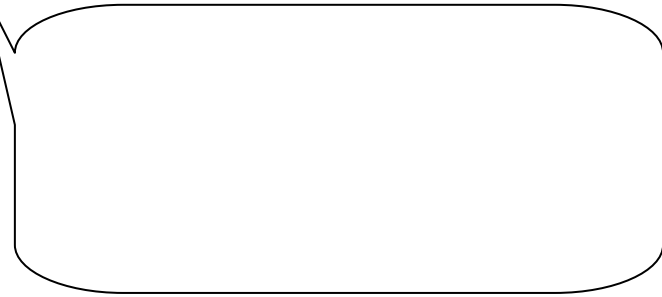
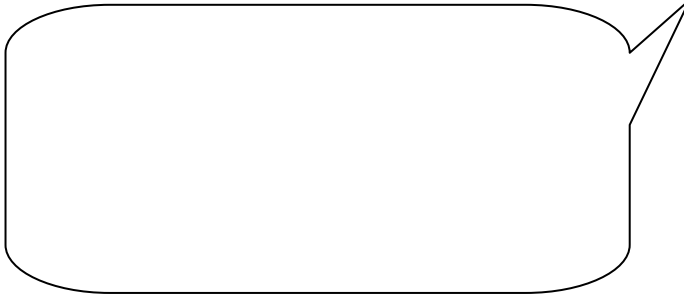
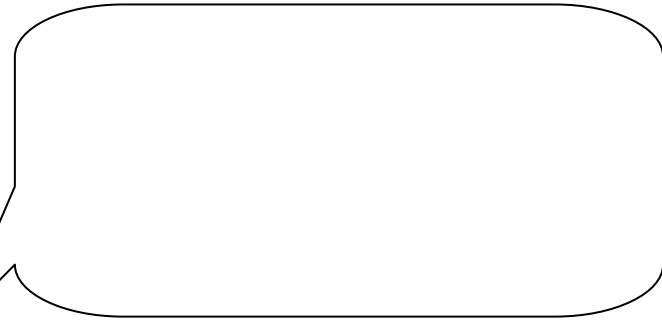
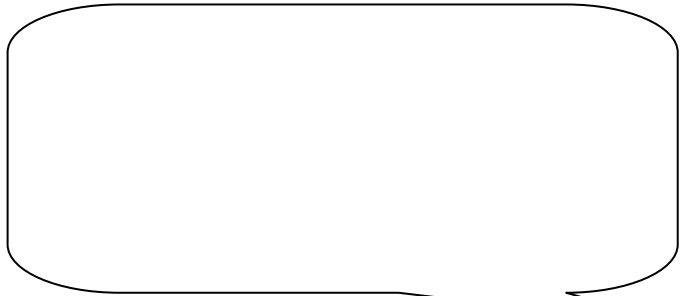
- 我的情緒或反應:
- 我想到、 、 、 、 、



驚喜、驚嚇大公開(二)看誰勝出



驚喜、驚嚇大公開(二)看誰勝出



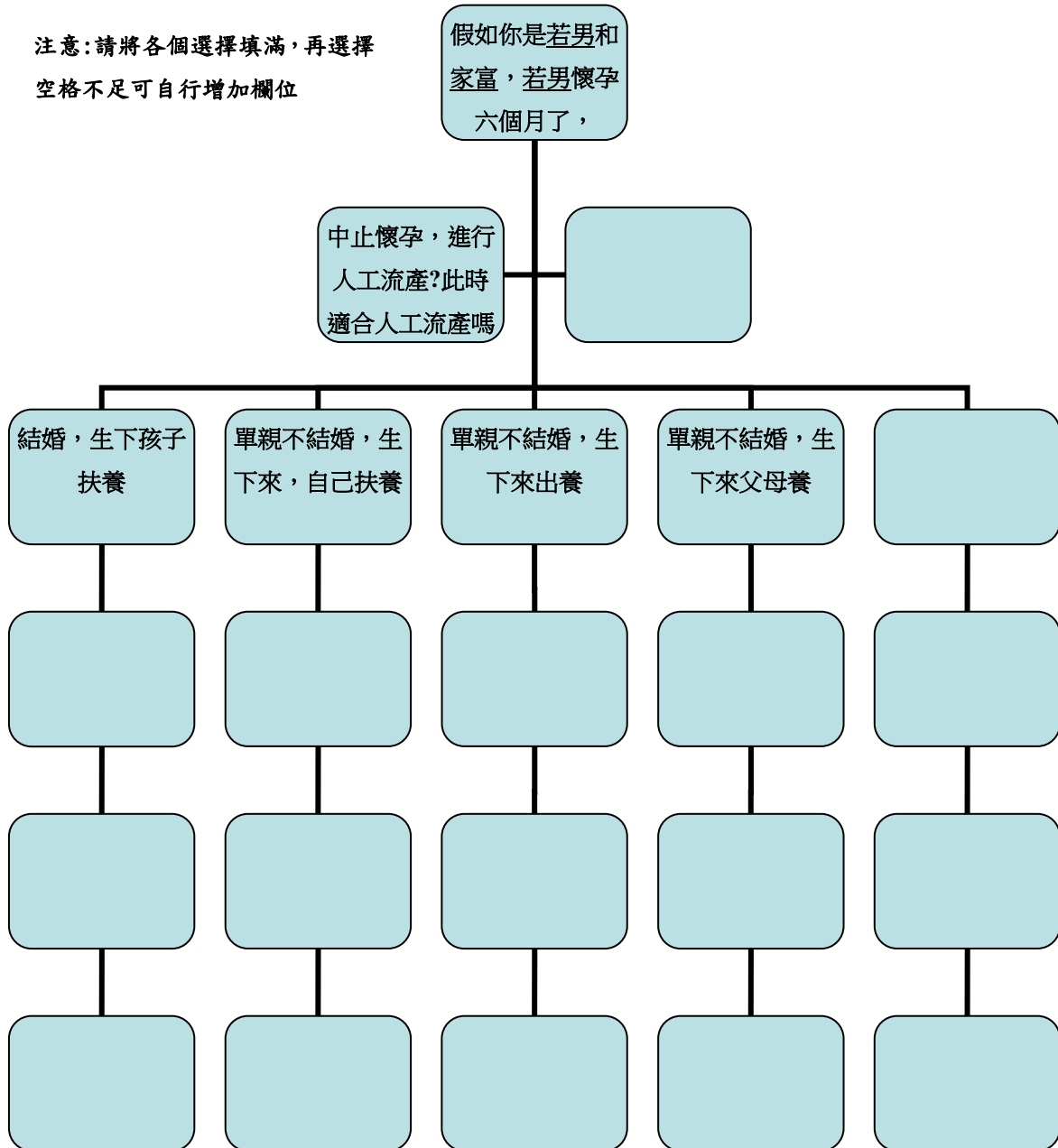
愛的故事屋~故事接龍

若男發現自己懷孕了，在家富陪同下，他們打算找密醫墮胎，若男躺在手術台上，看著冰冷的器械與醫生冷漠的表情，想起一個生命將被她結束，在害怕和不忍的心情中，拉著家富逃離了診所，兩人打算生下孩子，請依據下列情況編入發生什麼事?如何處理?結果如何?

- 他們決定生下孩子，回去告訴爸媽，結果
- 若男的肚子愈來愈大，彷彿生命逐漸茁壯，寶寶也經常踢若男的肚子宣示自己的存在，懷孕期間
- 學校通知若男和家富曠課過多，應盡快到學校處理，以免影響學業成績，他們決定
- 一天若男突然覺得有水從下體流出，肚子一陣一陣的痛起來，家富趕緊將若男送到醫院，醫師告知尚未到生產時間，但因羊膜破了要住院先觀察，家富想到自己戶頭的錢已經愈來愈少，若男坐月子、寶寶出生也都需要錢，他決定
- 寶寶終於出生了!健康狀況_____，孩子照顧是由_____，家富和若男對教養這個孩子的看法
- 孩子二歲了，家富和若男兩人的感情變得_____，他們決定

我的選擇學習單

注意：請將各個選擇填滿，再選擇
空格不足可自行增加欄位



1. 就目前狀況，你認為最好的選擇路徑是(畫出來)?為什麼?

2. 以你目前的年齡而言，這是你想要的選擇嗎?為什麼?

家庭記帳簿學習單

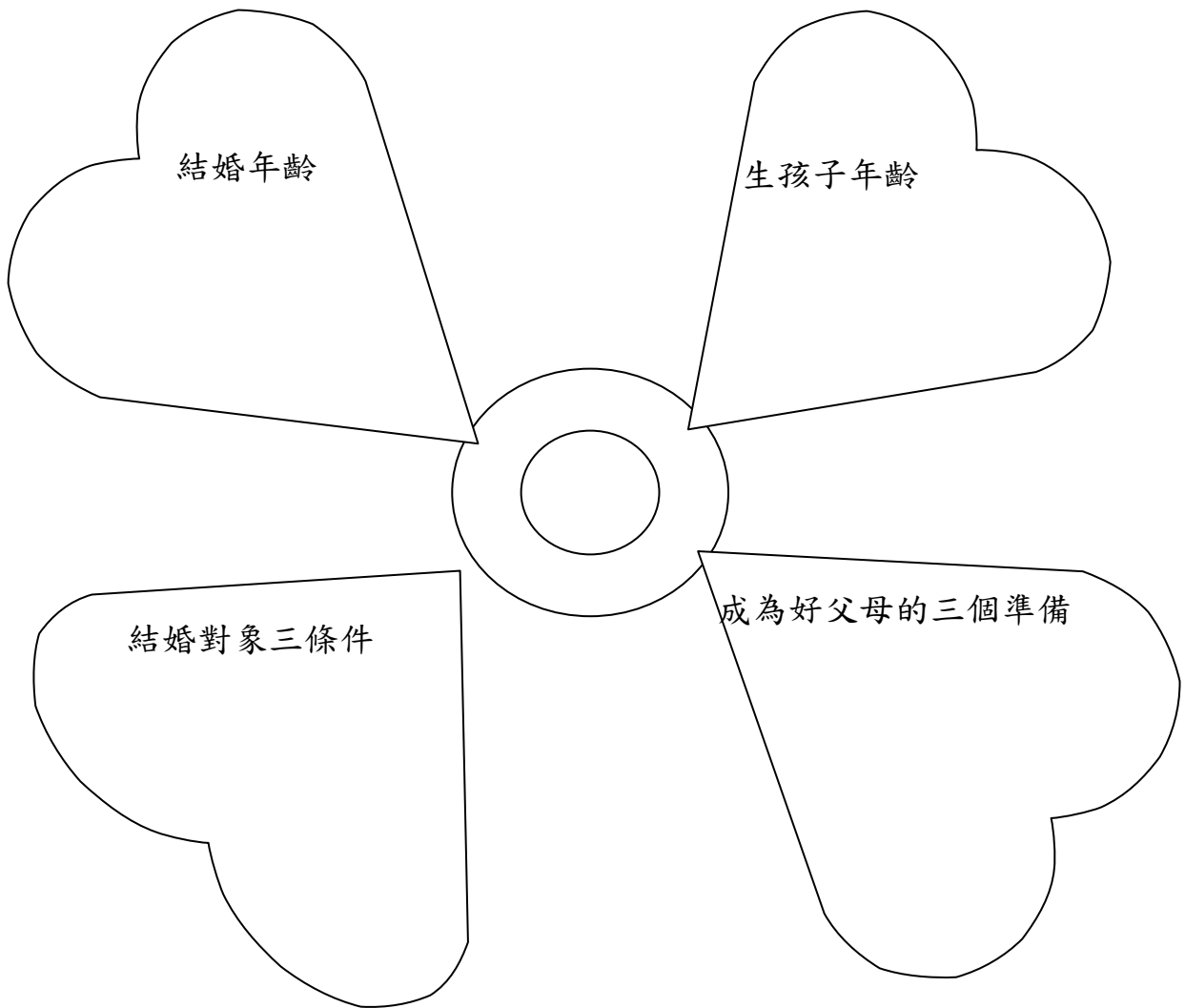
成年家庭有資源、成年家庭無資源、未成年家庭有資源、未成年家庭無資源(請圈選討論情況)

		金額	
收入	零用金		
	打工		
	正職		
	其他收入		
	總收入NT\$		
食	餐費		
	飲料費		
	零食		
	嬰兒奶粉		
	奶瓶 其他支出		
衣	買衣服		
	買鞋子包包等配件		
	化妝品、青春痘藥		
	嬰兒衣服		
	尿布 其他支出		
住	房租		
	衛生紙、垃圾袋等家用品		
	嬰兒床		
	其他支出		
行	交通費		
	油錢		
	嬰兒推車		
	其他支出		
育	補習費		
	買書		
	文具用品		
	其他支出		
樂	唱KTV		
	買遊戲		
	看電影		
	其他支出		
其他	避孕規劃(避孕藥/保險套)		
	保母費		
	固定捐款		
	手機費		
	其他支出		
總支出NT\$			
本月結餘NT\$			

1. 我的月結餘是 正/ 負? 對於現在的生活狀況我覺得滿意/不滿意, 因為
2. 我可以向何處尋求何種資源或改變, 以達到家庭記帳簿收支更平衡, 生活狀況更滿意?(至少二種)
3. 你認為未成年無資源家庭最急切需要什麼幫助(二個), 他們可以透過何單位, 獲得何種協助?

我的幸福家庭藍圖

- 這個單元我經歷了哪些活動?學到什麼?
- 經歷這個單元，我認為成為好父母應該



- 若是我是若男或家富，為了避免懷孕事件發生，此時我會